



The BREATHE study: Breathing REtraining for Asthma – Trial of Home Exercises. A protocol summary of a randomised controlled trial

Año	Revista	FI	Tema	Autores	Volumen/Páginas
2013	Prim Care Respir J		Tratamiento de mantenimiento	Bruton A, Kirby S, Arden-Close E, Taylor L, Webley F, George S, et al.	22 (2), pp. PS1-PS7.

Texto en inglés

Asthma affects five million people in the UK and costs the National Health Service (NHS) in excess of £1 billion. Although pharmacotherapy is effective, outcomes remain suboptimal. Many patients have concerns about taking regular medication. Surveys of complementary and alternative medicine show high levels of use, with breathing modification techniques being among the most commonly used non-drug treatment. A systematic review found that 30% of patients reported using breathing techniques to control their symptoms.

Asthma encompasses a variety of phenotypes, and different therapeutic approaches may be effective in different patients.

Symptoms attributed to dysfunctional breathing are more frequent in people with asthma than in the general population. Recent studies have suggested clinically important effects for people with asthma from physiotherapist-administered breathing exercises. The most recent systematic review of the effectiveness of physiotherapist-taught breathing training for asthma, published in 2009, stated: 'Breathing exercises, incorporating reducing respiratory rate and/or tidal volume and relaxation training, should be offered to patients to help control the symptoms of asthma and improve quality of life (Grade A)'. Most of the studies contributing to the current evidence base have involved face-to-face interventions, but two preliminary studies have investigated the use of videotaped or DVD-provided instructional interventions, with some evidence that this modality may also be effective. If similar benefits can be achieved without face-to-face professional contact, the practical and economic implications of providing breathing training would be eased. This treatment could realistically be made available to many people with asthma who currently find it difficult to access it on the NHS.

In this study we will transfer the key components of the physiotherapist-delivered programme into a DVD format and compare the effects of this intervention with that of face-to-face physiotherapist training and with 'usual care'.

El estudio BREATHE: respirar como rentrenamiento para el asma. Juicio de inicio de ejercicios. Un resumen del protocolo de un ensayo controlado aleatorio

El asma afecta a cinco millones de personas en el Reino Unido y supone un gasto de 1.000 millones de libras para su National Health Service (NHS). Aunque la farmacoterapia es efectiva, los resultados siguen siendo subóptimos. A muchos pacientes les preocupa el hecho de tener que tomar un fármaco de forma crónica. Encuestas sobre el uso de medicina alternativa muestran altos niveles de consumo, siendo las técnicas de modificación de la respiración las más frecuentemente utilizadas entre los tratamientos no farmacológicos. Una revisión sistemática encontró que el 30 % de los pacientes admitieron el uso de técnicas de respiración para controlar sus síntomas.

El asma abarca una gran variedad de fenotipos, y diferentes enfoques terapéuticos pueden ser eficaces en diferentes pacientes. Los síntomas respiratorios son más frecuentes en las personas con asma que en la población general. Recientes estudios sugieren efectos clínicamente importantes de los ejercicios respiratorios administrados por fisioterapeutas en personas con asma.

La revisión sistemática más reciente sobre la eficacia del entrenamiento respiratorio enseñado por un fisioterapeuta para el asma, publicada en 2009, estableció que: "Los ejercicios respiratorios, con incorporación de reducción de frecuencia respiratoria y/o entrenamiento de volumen tidal y relajación, deberían ofrecerse a los pacientes para ayudarles a controlar sus síntomas de asma y mejorar su calidad de vida (grado A). La mayoría de los estudios que contribuyeron a la base de la evidencia actual han incluido intervenciones directas del profesional sanitario, pero dos estudios preliminares han investigado el uso de intervenciones con instrucciones grabadas en video, con algunas pruebas de que esta modalidad también puede ser efectiva. Si se demostrase que los beneficios logrados sin contacto profesional directo son similares a los conseguidos con contacto profesional, se facilitaría mucho el acceso de los pacientes a las técnicas de entrenamiento respiratorio. De este modo, este tratamiento podría estar disponible de un modo realista para muchas personas con asma que actualmente encuentran dificultad para acceder en el NHS.

En este estudio se transferirán los componentes clave de un programa de fisioterapia entregado en un formato de DVD y se compararán los efectos de esta intervención con el entrenamiento directo por un fisioterapeuta y con la "atención habitual".